Светлана Шишкова

БУКВОГРАММА

от 3 до 6

РАЗВИВАЕМ УСТНУЮ И ПИСЬМЕННУЮ РЕЧЬ У ДОШКОЛЬНИКОВ

Уникальная Комплексная программа развития малышей

Уникальные методики развития

Светлана Шишкова

Буквограмма. От 3 до 6. Развиваем устную и письменную речь у дошкольников. Уникальная комплексная программа развития малышей

«Издательство АСТ»

2017

УДК 37.018.1
ББК 74.9

Шишкова С. Ю.

Буквограмма. От 3 до 6. Развиваем устную и письменную речь у дошкольников. Уникальная комплексная программа развития малышей / С. Ю. Шишкова — «Издательство АСТ», 2017

ISBN 978-5-17-099740-4

«Буквограмма» – уникальная комплексная программа развития ребенка. Оригинальная авторская методика С. Ю. Шишковой опирается на разработки физиологов, невропатологов, психологов, логопедов, дефектологов и нейропсихологов. В книге дана последовательная система упражнений, которые в ненавязчивой игровой форме позволяют воспитывать и обучать детей от 3 до 6 лет.Книга поможет подготовить ребенка к школе или посещению любых групповых занятий; сформировать у малыша волевые навыки и мотивацию к учебе; самостоятельно провести экспресс-диагностику готовности вашего ребенка к школе; развить устную и письменную речь; развить общие коммуникативные навыки у малыша.Все упражнения носят развивающий характер, что делает данный материал источником творческого вдохновения ребенка, родителей и педагогов.

УДК 37.018.1
ББК 74.9

ISBN 978-5-17-099740-4

© Шишкова С. Ю., 2017
© Издательство АСТ, 2017

Содержание

Предисловие 6
Как продуктивно работать с этой книгой? 7
Раздел 1. Все о детях в возрасте от 3 до 6 лет 8
1. Физическое и психическое развитие ребенка 8
Конец ознакомительного фрагмента. 20

Светлана Шишкова
Буквограмма. От 3 до 6. Развиваем устную и письменную речь у дошкольников. Уникальная комплексная программа развития малышей

© Шишкова С. Ю., 2016
© ООО «Издательство АСТ», 2016

* * *

Предисловие

Самый чудесный и плодотворный период в развитии ребенка – это дошкольный возраст. В этой книге мы не только рассмотрим важные моменты в жизни ребенка от 3 до 6 лет, но и представим уникальные приемы его гармоничного воспитания и развития.

У меня два сына, они уже взрослые и успешные. Когда они были дошкольниками, от меня требовалось большое усердие и терпение в вопросах их развития и подготовки к школе. Мне, конечно, помогали не только знания психологии и нейропсихологии, но и практические советы моей мамы, воспитателя детского сада, педагога с тридцатилетним опытом, которым она щедро делилась со мной. Забота, внимание и творческий подход к воспитанию моих сыновей обеспечили их успешное развитие в дошкольном возрасте и в будущем. Обобщив знания, информацию, опыт, я нашла ответы на многие вопросы.

- *Нужно ли отдавать ребенка в 3 года в детский сад или лучше повременить?*
- *Что делать, если мой ребенок очень сильно плачет, когда идет в садик?*
- *Почему малыш очень любит хлеб и мучные изделия?*
- *Как развивать речь малыша, чтобы он мог результативно общаться и со сверстниками, и со взрослыми?*
- *Когда же нужно начинать учить ребенка читать?*
- *Если ребенок настойчиво требует гаджеты для игры, стоит давать или нет?*
- *Мой малыш хочет всеми руководить, но с ним никто не играет. Что делать?*
- *Как понять, готов мой ребенок к школе или нет?*

Накопленными знаниями и опытом я с удовольствием поделюсь с вами, дорогие родители, бабушки и дедушки, уважаемые воспитатели и учителя.

Методика «Буквограмма» появилась в 1995 году. С тех пор она помогла многим родителям, заинтересованным в гармоничном развитии своих детей.

Общаясь с родителями дошкольников, важно было им объяснить принципы развития и особенности нервной системы их ребенка. Когда я консультировала родителей трехлеток, наше внимание было сосредоточено на принципах включения устной речи ребенка, построения фраз, а также развития коммуникативных навыков. Родители шестилеток более всего были озадачены подготовкой ребенка к школе.

Наиболее интересные идеи «Буквограммы» – методики по гармоничному развитию детей от 3 до 6 лет – применялись в детских развивающих центрах и детских садах г. Москвы.

Как продуктивно работать с этой книгой?

Книга имеет несколько разделов. Первый раздел посвящен общим принципам развития детей от 3 до 6 лет. Здесь вы найдете принципы развития девочек и мальчиков, узнаете о влиянии и роли отца и матери в жизни ребенка, сможете провести экспресс-диагностику готовности вашего ребенка к школе, получите конкретные рекомендации по решению выявленных проблем.

В следующем разделе предложены последовательные занятия с ребенком по авторской системе «Буквограмма». Обратите внимание, неспроста занятия называются *истории*. Очень важно развивать у ребенка стремление к знаниям и учебе.

В конце книги даны приложения, которые помогут вам понять, на что направлены упражнения, чтобы наиболее эффективно заниматься с ребенком.

Ведите дневник развития ребенка, заполняйте его, отмечайте сильные и слабые стороны в развитии малыша. Сравнивайте параметры развития вашего ребенка с таблицами Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), но не забывайте, что каждый ребенок индивидуален.

Готовя ребенка к поступлению в начальную школу, помните, что необходимо подбирать для ребенка учителя, который сможет раскрыть его потенциал, поможет ему полюбить процесс обучения и создаст маленькому ученику так необходимую ситуацию успеха.

Составьте для своего малыша индивидуальную карту его развития на 1 год.

А если у вас появятся вопросы или возникнет необходимость профессиональной диагностики, консультации, терапии, то вы всегда можете обратиться ко мне, в Психологический центр «ДОМ»: www.spcdom.ru в Москве или написать по электронной почте pc_dom@mail.ru.

Выражаю искреннюю благодарность рецензентам рукописи: доктору психологических наук, профессору Овсяник О. А., доктору педагогических наук Шишову С. Е.

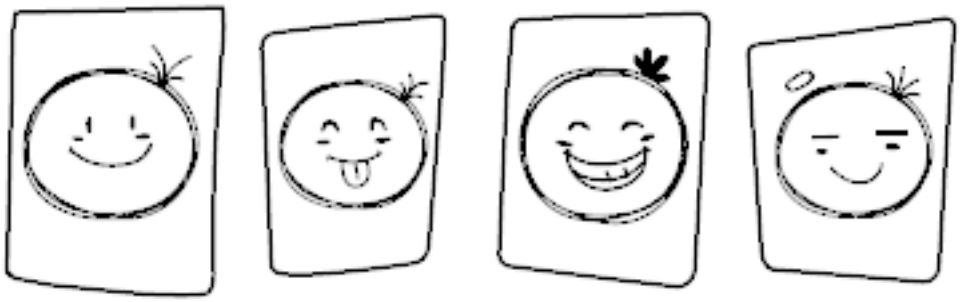
Также хочется выразить слова признательности детскому спортивному психологу Курамшиной Е. В., психологу-педагогу Кондрахиной А. П., логопедам Комаровой О. В. и Извековой Е. В. за активное участие в подготовке написания книги, за апробацию упражнений на практике.

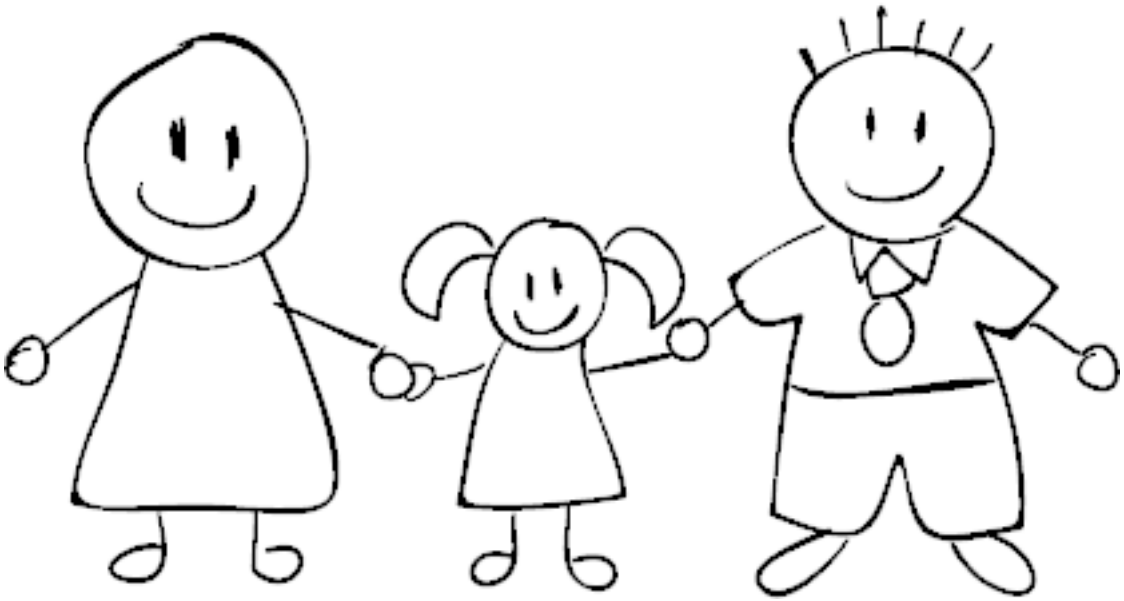
Благодарю за творческие идеи, поддержку, веру в результат креативного директора компании ООО «Луиджи Групп» Гусарова А. К.

От всей души благодарю моих родителей Золотопуповых Юлиана Павловича и Валентину Гавриловну за тепло и любовь, которые они дарили не только своим детям, но и всем людям. Поддержка, помощь и вера всегда исходили от моей семьи, от мужа и сыновей Шишковых Артема и Павла.

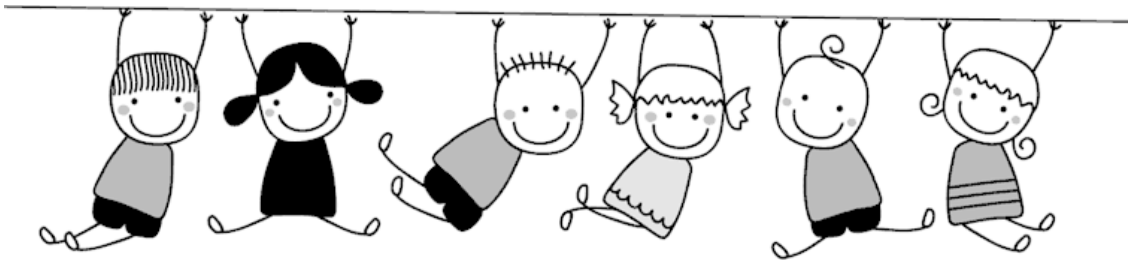
Желаю всем продуктивного, интересного, позитивного чтения. Играя с детьми, вы помогаете им обучаться и развиваться. Открывая в своих детях таланты, помогайте им становиться сильнее, умнее и, конечно, добрее!

Раздел 1. Все о детях в возрасте от 3 до 6 лет





1. Физическое и психическое развитие ребенка



Дошкольный возраст самый удивительный, самый продуктивный. Ребенок развивается с необыкновенной скоростью. В период от 3 до 6 лет малыш попадает на первую социальную ступень – в детский сад, он уже готовится стать школьником и ходит на подготовительные занятия. Многие родители думают, вести ребенка в сад или нет. Достаточно проработав психологом в детском саду и в школе, могу ответственно сказать – обязательно ведите ребенка в детский сад! В этом вопросе важно учитывать индивидуальные особенности малыша, его физическое и психическое развитие, направление и программу, по которой работает детский сад, и, конечно, личностные особенности воспитателя, который будет заниматься с вашим малышом. Именно

в этом возрасте определяются задатки и способности ребенка к определенным видам спорта, творчеству, искусству, а взаимодействие с воспитателями и сверстниками поможет быстрее раскрыть таланты вашего малыша. И если вашему ребенку от 3 до 6 лет, сделайте все возможное, чтобы заложить крепкий фундамент его способностей, физического и психического здоровья, воли и мотивации.

Что же самое сложное в этом возрасте? Конечно, кризис трех лет. Лев Семенович Выготский описал это как «семизвездье симптомов», которое свидетельствует о наступлении кризиса трех лет. Вот они, эти качества, которые ребенок проявляет в этот период:

1) *негативизм* – ребенок стремится сделать что-то вопреки предложению взрослого, даже вразрез с собственным желанием, просто негативная реакция на предложение возникает потому, что оно идет от взрослого;

2) *упрямство* – ребенок настаивает на чем-то потому, что он этого потребовал, он связан своим первоначальным решением;

3) *строптивость* – направлена в целом против норм воспитания, образа жизни, который сложился до трех лет;

4) *своеволие* – проявление инициативы собственного действия, стремление все делать самому и по-своему;

5) *протест-бунт* – ребенок в состоянии войны и конфликта с окружающими;

6) *симптом обесценивания* – проявляется в том, что ребенок начинает ругаться, дразнить и обзывать родителей;

7) *деспотизм* – ребенок заставляет родителей делать все, что он требует, а по отношению к младшим сестрам и братьям деспотизм проявляется как ревность.

Этот период еще называется кризисом социальных отношений, отделения от близких взрослых и связан со *становлением самосознания* ребенка. В этом проявляется потребность в реализации и главное в утверждении собственного Я. В речи ребенка появляются слова «хочу», «не хочу», «Я», которые наполняются реальным содержанием и становятся осмысленными. Начинает звучать знаменитая формула «Я сам». Феномен *«Я сам»* знаменует психологическое отделение ребенка от взрослого и изменение прежней ситуации социального развития. В жизни это выражается в противостоянии «хочу» ребенка и «нельзя» взрослого. Конечно, этот кризис пройдет, но впереди будут еще переломные физиологические и психологические моменты. Кризисные и стабильные периоды развития чередуются. Если вы будете подготовлены к этим моментам, то спокойнее и с пониманием станете относиться к изменениям, происходящим с вашим ребенком. Возрастная периодизация имеет следующий вид: кризис новорожденности – младенческий возраст (2 месяца – год) – кризис 1 года – раннее детство (1–3 года) – кризис 3 лет – дошкольный возраст (3–7 лет) – кризис 7 лет – школьный возраст (8–12 лет) – кризис 13 лет – пубертатный возраст (14–17 лет) – кризис 17 лет. Но все это вас ждет впереди, а пока интересы вашего дошкольника постепенно перемещаются из мира предметов и игрушек в мир взрослых людей. Ребенок впервые психологически выходит за рамки семьи, за пределы окружения близких людей. И в игре «во взрослого» реализуется первый опыт новых взаимоотношений. В сюжетно-ролевой игре, характерной для дошкольного детства, ребенок берет на себя роль другого (чаще всего взрослого) и моделирует его действия, проигрывает эту воображаемую ситуацию, многие ситуации в игре очень символичны.

Важно! Дорогие родители, а также воспитатели и учителя, помните, что игра является ведущей деятельностью детей дошкольного возраста.

Три года – это время, когда многие родители отдают детей в детский сад. Здесь все очень индивидуально и хорошо в меру. Если ваш ребенок уже целый год посещает развивающие занятия, привык к коллективу и не боится новых людей, скорее всего, ему и в саду будет неплохо. Новые лица, новые впечатления, игры – все это будет в радость. Но если вы видите, что малыш очень привязан к дому и к вам, не торопитесь с садиком. Психологический стресс, который

ребенок испытывает при первом расставании с мамой, настолько сильный, что может повлечь за собой очень большие проблемы в будущем, особенно в отношениях со сверстниками. Приучайте ребенка постепенно к посещению групп в детском саду. Некоторое время походите вместе с ним в группы раннего развития – тогда расставание с вами не будет таким резким. Есть дети, которые категорически отказываются ходить в сад. Если каждое утро начинается с истерики, лучше ребенка в детский сад пока не водить.

Прежде чем отдать ребенка в сад, подумайте: далеко не все дети настолько коммуникабельны, чтобы целый день или даже полдня проводить в компании фактически чужих им людей и все время общаться со сверстниками. Если ребенок ведет себя дома не так, как в саду, это первый признак того, что он напряжен и ему необходим дополнительный отдых.

Никогда не высказывайтесь в присутствии ребенка негативно о взрослых, которые с ним занимаются.

Помните! Учить буквам ребенка стоит только после запуска устной речи. Абстрактная символика букв не поможет разговорной речи ребенка.

Игра имеет социально-историческое происхождение. В современном обществе смыслы и мотивы деятельности взрослых не всегда очевидны детям, поэтому происходит расширение функций игры. Не могу не привести великолепную идею, передающую суть игры: «Игра – это особая форма освоения реальной социальной действительности путем ее воспроизведения. Она представляет собой тип символико-моделирующей деятельности. Игра как модель содержит в себе “культурный код” детского развития» (В. П. Зинченко). Игра всегда эмоционально насыщенная деятельность, она захватывает ребенка целиком. Мотив игры лежит в самом игровом процессе, важно не выиграть, а играть, важен сам процесс.

Постепенно в игру входит сюжет, сценарий. И это именно то, как видят и воспринимают действительность наши дети. Разнообразие сюжетов увеличивается по мере знакомства ребенка с новыми аспектами жизни взрослых: игра «в семью», «в доктора», «в магазин», «в погоню», и т. д. В младшем дошкольном возрасте в игре отражается внешняя сторона деятельности. Дети воспроизводят предметные действия, характерные для той или иной роли. Игра «в больницу» – это «лечебные» манипуляции с условным градусником, шприцем и т. п. Роль взрослого (в данном случае врача) рождается из фактически производимых действий, логика которых не всегда соответствует реальной и легко нарушается.

Далее содержанием игры становятся внешние социальные отношения (чаще всего профессиональные) и социальная иерархия. Это ролевые взаимоотношения водителя и пассажиров, командира и подчиненных, продавца и покупателей, врача и пациентов – «кто главнее?», «кто и что должен делать?».

Наивысший уровень развития ролевой игры в старшем дошкольном возрасте связан с выделением внутренней, смысловой сущности деятельности человека. В этом случае предметом ориентировки становятся мотивы, морально-нравственные основания, общественный смысл человеческой деятельности. Роль доктора теперь переосмысливается как персонализация таких качеств, как доброта, сочувствие, воплощение стремления помочь другому, вплоть до самопожертвования.

Структура сюжетно-ролевой игры в развитой форме включает в себя роль, воображаемую ситуацию и игровые действия. Взрослый должен постепенно учить ребенка играть в сюжетно-ролевые игры, для этого очень хорошо использовать кукольный и пальчиковый театр. Дошкольников очень полезно водить на детские театральные постановки, но не чаще одного раза в сезон.

Игровые действия ребенка всегда носят изобразительный характер, они схематичны, обозначаются лишь иногда, действия сосредоточены на воспроизведении системы отношений между людьми. Игра чувствительна к сфере человеческих отношений, к сфере профессиональных ролевых функций, моральной и нравственной стороне человеческой деятельности. В

ней происходит проникновение ребенка в мотивы и смыслы человеческих действий. Приглядитесь, как играет ваш ребенок, что он говорит, только тихонько, не нарушая интимность игры. Вы почерпнете много интересной информации о себе, о роли малыша в семье, об отношениях в семье. Дети, погрузившись в сюжетно-ролевую игру, являются психотерапевтами сами себе, они проигрывают страхи, отпускают обиды, вдохновляют себя на новые дела, переживая в этот момент состояние веры и любви к жизни.

Есть еще и дидактические игры, это особая форма игры, способствующая становлению познавательной, учебной деятельности у ребенка.

В игре рождается и формируется воображение, а это является подготовкой к раскрытию символического мышления. В сюжетно-ролевой игре обязательно возникает процесс подчинения ребенка определенным правилам. Л. С. Выготский указывал, что игра представляет собой школу произвольности, воли и морали.

Как влияет игра на развитие психики дошкольника?

1. *Развивает мотивационно-потребностную сферу:* ориентация в сфере человеческих отношений, смыслов и задач деятельности.

2. *Развивает произвольность поведения и психических процессов.* В ролевой игре ребенок ориентируется на образец действия (эталон), с которым он сравнивает свое поведение, то есть контролирует его. В ходе игры создаются благоприятные условия для возникновения предпосылок произвольного внимания, произвольной памяти, произвольной моторики.

3. *Способствует развитию идеального плана сознания:* переход от мышления в действиях к мышлению в плане представлений, помогает строить план и рассчитывать его выполнение.

4. *Закладывает основы рефлексивного мышления,* то есть способности анализировать свои собственные действия, поступки и соотносить их с общечеловеческими ценностями.

5. *Развивает чувства, саморегуляцию поведения* .

6. *Внутри игры всегда возникают другие виды деятельности* (рисование, конструирование, учебная деятельность).

7. *Игра способствует развитию функции речи, стимулирует связные высказывания.*

Учитывая огромное значение детской игры, вызывает тревогу тот факт, что современные родители равнодушно, а зачастую и неодобрительно относятся к детской игре как к несерьезному и даже бесполезному занятию. В стремлении ускорить детское развитие, интенсифицировать его происходит вытеснение свободных игр детей обучающими занятиями. В данной книге я уделяю особое внимание игре. Все занятия «Буквограммы» выстроены через элементы игры.

Когда ко мне обращаются родители и говорят, что их ребенок не хочет заниматься по «Буквограмме», что ему неинтересно, я всегда спрашиваю: «А с вами интересно заниматься?» Ребенок, особенно дошкольник, почти весь период учебы в начальной школе хочет играть. Придумывая интересные и увлекательные занятия для ребенка, вы используете свой внутренний потенциал, развиваете собственные творческие способности. И если вы читаете эту книгу, значит, вы ищете приемы, подсказки, идеи для развития вашего ребенка, значит, вы творите!

Я уже отмечала, что в игре обязательно участвуют и другие виды деятельности. Продуктивные виды деятельности (такие, как рисование, лепка, конструирование) также рассматриваются как своеобразные формы моделирования окружающей действительности, приводящие к абстрагированию значимых свойств предмета (формы, цвета, величины и т. п.). Продуктивные виды деятельности содержат замысел, который творчески реализуется. Зарождающаяся в рамках предметной деятельности изобразительная деятельность продолжает развиваться в дошкольном детстве в форме игры. Долгое время сам рисунок остается второстепенным, важным является сам процесс рисования, разворачивающийся как игра, как моделирование событий на плоскости бумаги. Очень важно это понимать, а не заставлять перерисовывать рисунок, приводя его к некому совершенству. До 5 лет в рисунках изображается ограниченное

число объектов. В содержании рисунка преобладают графические шаблоны, заимствованные у взрослых (домик, солнышко, цветок, машина). В возрасте 5–6 лет рисунков становится гораздо больше и начинает прослеживаться зависимость содержания рисунков от пола, места проживания, общественной ситуации. Реальное и воображаемое, видимое и знаемое соседствуют в детском рисунке. В рисовании наблюдается индивидуальная приверженность: цвет и тщательность прорисовки деталей выражают отношение ребенка к содержанию рисунка.

Другой вид творческой деятельности ребенка – это конструирование, которое требует специальной организации деятельности. Возникают задачи выделения опорных деталей, усвоения способов обследования образца, приемов конструирования. В ходе конструирования формируется одна из важнейших способностей – способность к планированию деятельности.

В дошкольном возрасте ведущую роль начинает играть память. Далее в книге я не раз вернусь к тому, что очень важно развивать именно у дошкольника все виды памяти: аудиальную, кинестетическую, визуальную, тактильную, двигательную (мышечную). Память в основном носит непроизвольный характер, но к концу дошкольного возраста в связи с развитием игры и под влиянием взрослого у ребенка начинают складываться произвольное, преднамеренное запоминание и припоминание. Именно в дошкольном возрасте внимание, память, мышление приобретают опосредствованный, знаковый характер, становятся высшими психическими функциями.

К возрасту 5–7 лет ребенок пытается осмыслить такие непростые явления, как смерть, жизнь. Он начинает задавать сложные вопросы, на которые родители не всегда знают, как ответить. Эти вопросы являются первым сигналом того, что у ребенка включается теоретическое мышление. А на основе практического, наглядно-действенного мышления постепенно формируется наглядно-образное мышление.

В дошкольном возрасте происходит практическое овладение речью, и любые задержки речи в это время оказывают негативное влияние на общее развитие ребенка. Обозначу основные функции речи в дошкольном возрасте:

– речь как инструмент для общения;

– речь как орудие мышления.

Именно речь дает ребенку возможности общения со взрослыми и сверстниками.

Детям 3–4 лет свойственна познавательная форма общения. Ребенок задает множество вопросов – о животных, природе, планетах, что из чего сделано и как работает («возраст почемучек»). И вот теперь взрослые, в первую очередь родители, воспринимаются ребенком как эрудиты, источники познания. Пользуйтесь этим моментом, разговаривайте с ребенком, обсуждайте, что его интересует и волнует. Ребенок нуждается в серьезном отношении и к его вопросам, и к нему самому – то есть нуждается в уважении.

Потребность ребенка в общении со взрослым возрастает в связи со стремлением к сопереживанию и взаимопониманию, к общности взглядов. Выглядит это зачастую в виде большого количества жалоб детей друг на друга. Эти жалобы выполняют специфическую функцию. Когда Петя сообщает воспитательнице: «А Витя рисует на столе!» это не значит, что он желает подвергнуть Витю осуждению или наказанию. Скорее, он хочет убедиться, что действительно на столе рисовать нельзя, и, кроме того, сообщить, что ему-то, Пете, это правило известно. Для детей в дошкольном возрасте жалоба – это косвенная просьба подтвердить или опровергнуть то, что он для себя выделил как правило, его обязательность; это своеобразная форма знакомства с правилами. Ведь активное общение со сверстниками как раз и происходит на третьем году жизни.

В возрасте 3–4 лет сверстник для ребенка прежде всего участник совместной практической деятельности. К 4 годам сверстник становится предпочитаемым партнером общения. В четырех-пятилетнем возрасте сверстник рассматривается как равное существо, ребенок оце-

нивает себя, исключительно сравнивая себя с ним и противопоставляя себя ему. Наконец, к 5–7 годам сверстник приобретает индивидуальность в глазах ребенка.

Какие личные особенности ребенка имеют значение для его успеха в дружеских отношениях? Это в основном стиль общения: мягкость, эмоциональная отзывчивость, уравновешенность. Также важны объективные условия, способствующие частым встречам и общим делам детей: проживание по соседству, посещение одной группы детского сада, одинаковые спортивные занятия и пр. Детям в этом возрасте очень важно иметь друзей, обязательно учитывайте это! Если ваш ребенок тихий, стеснительный, интровертированный и ему не просто познакомиться и начать играть с другим ребенком, то ваша задача помочь ему в этом. Создайте такие условия, чтобы с вашим малышом начали взаимодействовать другие дети.

К концу дошкольного возраста, к 6 годам, у детей формируется самосознание и самооценка, в содержание которой входят оценка собственных умений осуществлять практическую деятельность, а также ощущение своих моральных качеств, выражающихся в подчинении или неподчинении правилам, принятым в данной социальной группе. С какой самооценкой ребенок придет в школу, зависит только от вас, дорогие родители.

Отечественные психологи считают, что ребенок наследует темперамент и задатки способностей. У разных детей центральная нервная система функционирует по-разному. Сильная и подвижная нервная система, с преобладанием процессов возбуждения, дает холерический, «взрывной» темперамент, при уравновешенности процессов возбуждения и торможения – сангвинический. Ребенок с сильной, малоподвижной нервной системой, преобладанием торможения – флегматик, отличающийся медлительностью и менее ярким выражением эмоций. Ребенок-меланхолик со слабой нервной системой особенно раним и чувствителен.

Стараясь погасить аффективные вспышки холерика или побуждая флегматика чуть-чуть быстрее выполнять учебные задания, взрослые должны в то же время постоянно учитывать их особенности, не требовать непосильного и ценить то лучшее, что приносит каждый тип темперамента. Ребенок наделен от природы определенными особенностями нервной системы. Это и отражается на его поведении. Одни дети более спокойны, малоподвижны, заторможены; другие – возбудимы, подвижны; третьи – уравновешенны; четвертые сочетают слабость нервных процессов с чувствительностью к различным воздействиям, обидчивы, часто плачут. Вот почему один и тот же подход (при равных условиях) вызывает у разных детей разные реакции. Характер, так же как и интересы и потребности, формируется под влиянием среды и воспитания. Человек не рождается добрым или злым, общительным или замкнутым, трудолюбивым или ленивым, это зависит от среды, в которой растет ребенок и формируется его личность.

Чтобы понимать, какая нагрузка оптимальна именно для вашего ребенка, необходимо определить тип его высшей нервной деятельности.

Греческий врач Гиппократ, живший в IV веке до нашей эры, писал, что каждого человека можно отнести к одному из четырех основных темпераментов: меланхолическому, холерическому, сангвиническому и флегматическому. Эти темпераменты соответствуют четырем основным типам высшей нервной деятельности, установленным И. П. Павловым. В основу деления на типы Павлов положил три основных свойства нервных процессов. Первое свойство – сила процессов возбуждения и торможения. Второе свойство – соотношение силы процессов возбуждения и торможения. Третье свойство – подвижность или скорость процессов возбуждения и торможения. Сам И. П. Павлов до 86 лет поддерживал высокую физическую, интеллектуальную и эмоциональную активность с помощью ежедневных физических упражнений в сочетании с правильным дыханием.

На основании проявления этих трех свойств И. П. Павлов выделил четыре основных типа:

– слабый тип;

– сильный, неуравновешенный тип;

– сильный уравновешенный подвижный тип;

– сильный уравновешенный медленный тип.

Такое деление на типы высшей нервной деятельности применимо к детям.

А теперь определите, к какому типу относится ваш ребенок.

Слабый тип

(соответствует меланхолическому темпераменту)

1) не переносят сильных или длительных раздражений, которые вызывают у них запредельное торможение;

2) рефлексы тормозятся под влиянием посторонних раздражителей, особенно новых, необычных;

3) ребенок тяжело адаптируется к новой обстановке;

4) впервые попав в новую обстановку, например при первом посещении детского сада, кружка, студии, стоит опустив голову, не отвечает на вопросы, держится за мать, а при настойчивых, повторных вопросах легко может заплакать;

5) двигательная активность невелика и малоустойчива;

6) ребенок производит впечатление трусливого и слабого.

Сильный неуравновешенный тип

(соответствует холерическому темпераменту)

1) возбуждение преобладает над торможением;

2) положительные условные рефлексы образуются легко, и не только на слабое, но и на сильное раздражение;

3) торможение рефлексов затруднено;

4) речь быстрая, громкая, но неровная;

5) подвижны, чрезмерно возбудимы;

6) в ответ на болевое раздражение, например при лечении зуба или обработке зеленкой царапины, могут дать общую безудержную реакцию, долго не прекращающуюся;

7) плохо подчиняются дисциплине, нередко ведут себя вызывающе, агрессивно;

8) может отмечаться депрессия, то есть упадок сил, общая заторможенность.

Различают несколько вариантов неуравновешенного типа.

1. Часто весьма способные, но повышенно возбудимые, темпераментные дети. Очень эмоциональны. Их речь и движения быстрые. Тормозные процессы хотя и снижены, но в слабой степени.

2. Вспыльчивые дети. Нормальное поведение нарушается часто, но на короткое время. В период взрыва – агрессивны.

3. Дети с сильно выраженным снижением процессов торможения. Легко становятся рабами своих инстинктов. Ради их удовлетворения зачастую ни перед чем не останавливаются. Таких детей обычно называют распущенными и озорными. Трудновоспитуемы.

Сильный уравновешенный подвижный тип

(*соответствует сангвиническому темпераменту)*

1) условные рефлексы, как положительные, так и отрицательные, образуются быстро;

2) угашение, восстановление и переделка условных рефлексов происходит легко и быстро;

3) частый и резкий переход от возбуждения к торможению и обратно не нарушает корковой деятельности;

4) речь в достаточной мере быстрая, громкая, эмоциональная и вместе с тем плавная, с жестикуляцией и выразительной, но не чрезмерной мимикой;

5) общительные, с яркими эмоциями;

6) обычно проявляют большой интерес к окружающим явлениям;

7) аналитико-синтетическая деятельность коры больших полушарий может достигать высокого уровня;

8) легко поддаются воспитанию;

9) проявляют большие способности.

Сильный уравновешенный медленный тип

(соответствует флегматическому темпераменту)

1) положительные и отрицательные условные рефлексы образуются медленнее, чем у детей предыдущего типа;

2) речь медленная, спокойная, без резко выраженных эмоций и жестикуляций; переход от возбуждения к торможению и обратно замедлен;

3) отличаются спокойствием, усидчивостью при занятиях, хорошим поведением, дисциплинированностью;

4) легко справляются с трудными ситуациями;

5) хорошо учатся и проявляют большие способности;

6) полученные задания выполняют медленно, но добросовестно.

Тип высшей нервной деятельности связан с нарушениями работы коры больших полушарий, а также характером и интенсивностью этих нарушений. Нарушения чаще проявляются и тяжелее протекают при слабом и сильном неуравновешенном типах высшей нервной деятельности: при слабом типе кора больших полушарий находится почти непрерывно в состоянии заторможенности, а при сильном неуравновешенном типе, наоборот, в состоянии сильного возбуждения, которое может временно сменяться резким падением возбудимости.

Учитывая все перечисленные показатели, вы сможете правильно определять допустимую нагрузку на ребенка, режим его отдыха, возможности переключаемости с одного вида деятельности на другой.

В нервной системе детей первых лет жизни возникшее возбуждение легко распространяется, приводя к общему двигательному беспокойству, а длительное или сильное раздражение приводит к торможению. По мере образования новых и новых условных связей и усложнения высшей нервной деятельности действие чрезмерных раздражителей все сильнее сказывается на поведении ребенка. При слабом типе высшей нервной деятельности ребенок становится пугливым, обидчивым, часто плачет, дрожит, а при возбудимом типе – недисциплинированным, капризным, вспыльчивым, чрезмерно подвижным, суетливым. Таких детей называют нервными. Дети других двух типов (уравновешенного подвижного и уравновешенного медленного) также могут быть нервными, но у них нервность, как правило, выражена значительно слабее.

Ребенок может унаследовать от родителей слабый или возбудимый тип нервной системы, а тем самым ее неустойчивость, легко приводящую к нервозности. Нередко предрасположение к нервности бывает врожденным, то есть возникает у плода до рождения под влиянием неблагоприятных условий внутриутробного развития. Такие условия создаются, если мать во время беременности перенесла тяжелую болезнь или нервное потрясение, плохо питалась, употребляла алкогольные напитки и вообще не вела нормальный образ жизни. В таких случаях признаки нервности часто проявляются уже в первые дни после рождения: ребенок много кричит, спит беспокойно, часто просыпаясь.

О приобретенной нервности говорят в тех случаях, когда причины, ее породившие, действовали на ребенка после рождения. Такой причиной может быть все, что ослабляет, истощает

организм ребенка, и особенно его нервную систему, как, например, родовая травма, неправильное питание, несоблюдение нормального режима, недостаточный сон, различные заболевания, в особенности протекающие длительно.

Часто ребенок становится нервным по вине окружающих людей. Ребенок замечает и по-своему переживает все, что происходит вокруг него. К значительному напряжению нервной системы и развитию нервности может привести шумная обстановка в доме, семейные ссоры, грубые перебранки. Ребенок тяжело переживает резкое, несправедливое или неровное отношение к нему, быстрый переход от чрезмерной строгости к ласкам и захваливанию, частые замечания и запреты, подавление инициативы. Кино, телевизионные передачи, компьютеры, гаджеты сильно возбуждают нервную систему, они также могут способствовать развитию нервности.

Лечить нервных детей с незрелой нервной системой, особенно страдающих неврозами, должен врач. Создать обстановку, предохраняющую от возникновения или усиления уже существующей нервности, – дело тех, кто окружает и воспитывает ребенка. Профилактика, то есть предупреждение нервности, в основном сводится к устранению всего того, что может нанести ущерб высшей нервной деятельности ребенка. Начинать профилактику надо с внутриутробного периода развития, создавая беременной женщине максимально благоприятные условия жизни, оберегая ее от заболеваний и всего, что травмирует нервную систему.

В дошкольном возрасте для развития столь необходимой ребенку бодрости и жизнерадостности большое значение имеют физическая культура, подвижные игры, сюжетно-ролевые игры, занятия творчеством, а в дальнейшем и спорт.

Взрослые должны быть всегда спокойны и вежливы как в отношениях между собой, так и с ребенком.

Важно! Только гармоничное состояние родителей, и особенно мамы, будет лучшей профилактикой психических, эмоциональных нарушений ребенка.

У нерешительных детей надо пробуждать активность, прививать им навыки самообслуживания, всячески стимулировать их деятельность, давать им посильные задания все возрастающей трудности. Неуемную активность возбудимых детей нужно использовать во благо, заполняя жизнь ребенка игрой, физическими упражнениями, трудом и полезными занятиями из «Буквограммы». В целях предупреждения детского негативизма взрослые не должны препятствовать проявлению самостоятельности маленького человека. Постоянные одергивания и запреты, нередко необоснованные, лишь способствуют развитию детской нервности. Вместе с тем слово «нельзя» должно быть действительным запретом.

Что же лучше для вашего ребенка: домашние занятия, занятия в группах, в детском саду, в секциях? Чтобы ответить на этот непростой вопрос, нужно определить психотип малыша. Посмотрите внимательно в таблицу. Теперь определите, каких качеств у ребенка больше – из столбца характеристик интроверта или экстраверта? Таким образом вы сможете определить его психологическую направленность.

Характеристики ребенка-экстраверта	Характеристики ребенка-интроверта
– легко заинтересовать игрушками, он любит, чтобы с ним играли	– нравится заниматься с игрушкой или неким объектом самостоятельно
– эмоционален, хорошая мимика, жесты, ритм	– более спокойный
– плач может перейти в истерику	– плач тихий
– может продолжаться ночной энурез	
– сон короткий, поверхностный	– сон спокойный, глубокий
– от дневного сна отказывается	
– пищевая избирательность	– постепенно развивается пищевой вкус
– большая потребность в присутствии людей	
– спокоен, если видит и слышит знакомых ему людей	– спокоен, когда слышит присутствие кого-либо
– ему необходим визуальный контакт	– не требует постоянного визуального контакта
– легко переключается с одного объекта на другой	– сосредоточенный, может заниматься с одним предметом
– постоянно требует новых объектов для игры	– играет с бытовыми предметами лучше, чем с игрушками
– любит ролевые, сюжетные игры	– любит разбирать или собирать предметы
– испытывает большую потребность в любви	– тяжело переключается с одного вида деятельности на другой
	– нравится учиться

Если ваш ребенок экстраверт:

– обязательно читайте ему, укрывайте его одеяльцем, поглаживайте его, если он не может сам заснуть;

– чаще прикасайтесь к ребенку, обнимайте (именно прикосновения дают ребенку ощущение безопасности);

– используйте сюжетные игры, терапевтические истории для проработки напряжения;

– обязательно включите в развивающие занятия арт-приемы (лепкка, рисование, ролевые игры);

– необходимо ежедневно на протяжении всего года закаливать малыша и выполнять с ним дыхательные упражнения;

– гаджеты можно использовать не более 5–7 минут в день не более 3–4 раз в неделю;

– ребенка важно готовить к школе, приучая к дисциплине через посещение детского сада, спортивных секций, однако следите, чтобы ребенок не перевозбудился.

Все эти приемы помогут вашему подрастающему экстраверту развиваться гармонично. Для него очень важно быть спокойным и чувствовать себя в безопасности.

Слабое звено у экстравертов:

– если ребенку не хватает ваших прикосновений, он будет чувствовать себя в опасности, его нервная система будет работать на выживание, а не на развитие;

– при незрелости нервной системы, неблагоприятной наследственности, осложнениях в родах, сложностях развития в первые три года у ребенка будет проявляться синдром дефицита внимания, гиперактивность, отвлекаемость, сложности в сосредоточении, эмоциональная нестабильность.

Если ваш ребенок интроверт:

– обязательно разговаривайте с ребенком как можно чаще;

– чаще обнимайте ребенка, это позволит быстрее развиваться его нервной системе, эмоциональной сфере;

– особое внимание в своей речи уделяйте интонации и паузам, это также способствует эмоциональному развитию ребенка;

– чередуйте виды игры: самостоятельная игра и игра со взрослым, это развивает коммуникативные навыки;

– помогайте ребенку общаться со сверстниками;

– просматривая мультфильмы, читая книги, обязательно обсуждайте с малышом, кто из персонажей положительный герой, а кто отрицательный, что герои сказок чувствуют;

– не давайте ребенку гаджеты! Это усугубляет процесс погруженности в себя;

– ребенка важно готовить к школе, приучая к коммуникации через посещение детского сада, творческих кружков, однако следите, чтобы ребенок эмоционально не утомился.

Эти приемы помогут вашему подрастающему интроверту гармонично развиваться. Такие подходы являются профилактикой аутизации.

Слабое звено у интровертов:

– погруженность в себя с признаками аутизации;

– сложность при взаимодействии со сверстниками и взрослыми;

– эмоциональная незрелость.

Разобравшись и определив темперамент и психотип своего ребенка, помните, что наследственные задатки безусловно влияют на процесс развития способностей, облегчая или затрудняя его. Но развитие способностей зависит не только от задатков. Если ребенок с абсолютным слухом не будет регулярно играть на музыкальном инструменте, успехов в исполнительском искусстве он не добьется и его природные способности не разовьются. Если ученик, который схватывает все на лету во время урока, не занимается добросовестно дома, он не станет отличником, несмотря на свои превосходные данные, и его общие способности к усвоению знаний не получат развития. Способности развиваются в деятельности. Вообще активность ребенка настолько важна, что некоторые психологи считают ее третьим фактором психического развития.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.